



子育て支援課だより

南区役所 4階
☎290-1744 FAX296-2822

南区役所2階子育てひろば

未就学児とその保護者、妊婦の方が気軽に集い、遊んだり交流したりする場です。子育てに関する相談や地域の子育て支援の情報提供も行います。気軽にお越しください。
月～金曜日(祝日を除く)、午前10時～正午、午後0時45分～4時。初めて利用する方は、登録などの手続きが必要。

「みみちゃんルーム」

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、閉鎖している場合がありますので、ご利用の際は子育て支援課へお問い合わせください。



地域包括支援センターだより

南基幹型包括支援センター
☎290-1866 FAX290-1886
E:iminami-kikangata@sakai-syakyo.net

■成年後見制度について
ご両親や、ご自身のために成年後見制度を理解したい、という方が増えています。成年後見制度は、認知症などの理由で判断能力が十分でない方が、本人の意思を尊重した生活ができるよう支援するための制度です。
例えば、一人暮らしをされている高齢者が、悪質な訪問販売により高額な商品を買わされてしまうなどのトラブルも、成年後見制度を上手に利用することによって解決できる場合があります。必要で

あれば介護サービスの契約を本人に代わって結んだり、施設への入所手続きを行ったりできます。
成年後見制度では、親族などから申立てを受けた家庭裁判所が、本人の事情を考慮して、成年後見人などを選任します。また本人に判断能力が十分にあるうちに、将来に備えて支援者や支援内容を決めておく「任意後見制度」もあります。詳しくは基幹型包括支援センターかお近くの地域包括支援センターへ。

お住まいの小学校区	相談窓口
美木多(鴨谷台含む)・赤坂台・新輪尾台・城山台	南第1地域包括支援センター ☎295-1555 FAX295-1556
福泉中央・桃山台・原山ひかり・鹿代台・御地台	南第2地域包括支援センター ☎290-7030 FAX290-7665
上神谷・宮山台・竹城台・竹城台東・若松台・茶山台	南第3地域包括支援センター ☎289-8085 FAX289-8086
三原台・泉北高倉・はるみ・塚塚台	南第4地域包括支援センター ☎291-6681 FAX291-6682

南消防署

春の火災予防運動

冬から春へと移り変わるこれからの季節は、火の取り扱いに対する注意力がゆるむと同時に、空気が乾燥し風の強い日が多いことから、火災が発生しやすくなります。

南消防署では、3月1～7日の間、「春の火災予防運動」を実施し、期間中、合同訓練や山林パトロールを行います。

■【防災豆知識】電気製品からの火災にご注意を！

電気製品からの出火の多くは、取扱説明書の注意書きを守ることで防ぐことができます。電気設備、電気器具、コンセントなどは、普段から点検・清掃などを適切に行い、使用する場合は、必ず取扱説明書などを良く読み、正しく使用しましょう。

▶電気火災を防ぐポイント

▶電気コード=コードを家具などで踏みつけない、束ねない、引っ張らない、傷があったり銅線がむき出しであれば使用しない。

▶トラッキング=コンセントを乾いた布などで掃除する、使用していないプラグは抜く。
▶過電流=たこ足配線はしない、消費電力の大きな電気製品は同時に使用しない。
▶電気ストーブ=布団の近くで使用しない、洗濯物を乾かさない、就寝時は電源を切る。
▶古い電気製品=異常な音、振動、臭い、発熱などの不具合があれば直ちに使用を中止し、メーカーや販売店に相談しましょう。

また、自分自身の命を守るために、設置した住宅用火災警報器を点検するとともに継続的に維持管理していくようにお願いします。

☎南消防署 ☎299-0119 FAX298-0119
南消防署ホームページの新着情報



防災コラム

地震が起こったら

地震が発生した時には次のことに注意しましょう。
▶グラツキきたらまず身の安全を図る。
▶火の始末は、すばやくあわてず確実に。
▶戸を開けて、出口の確保をする。鉄筋コンクリートの建物は、閉めたままでは建物が歪み、出入口が開かなくなることがあります。
▶火が出たら、まず消火する。

崩ざわ、崖、川べりに近寄らない。プロック塀・自動販売機などは倒れやすいので注意する。
▶山崩れ、崖崩れ、津波に注意する。
▶避難は徒歩で荷物は最小限に。避難するときは、避難先や安否情報を書いた連絡メモを忘れずに。
▶ラジオやテレビで正しい情報を確認し、デマに惑わされない。

地震などの災害に備えて、家庭で災害食を備蓄しておきましょう。
▶ローリングストック=普段食べているものを多めに買い置きし、期限が切れる前に食べ、不足分を新たに補充する方法。廃棄が出ず、無駄のない方法。
☎南区役所企画総務課 ☎290-1800 FAX290-1814



南保健センターだより

南区役所 4階
☎293-1222 FAX296-2822

▶「高齢者いい歯自慢コンテスト」参加者募集

市と堺市歯科医師会が開催します。次の①～③すべてに該当される方が対象。
①昭和15年3月31日以前に生まれた80歳以上の方、②20本以上自分の歯を持つ堺市民の方、③保健センターでの審査に参加できる方。今までに同コンテストで最優秀賞、大阪府歯科医師会長賞、堺市歯科医師会長賞、優秀賞を授賞した方の応募はご遠慮ください。保健センターで審査し、特に優秀な方を表彰します。
④3月2～31日に電話かFAXで住所、氏名、電話番号、年齢を同センターへ。FAXでお申込みの場合、受け取りの連絡をさせていただきます。連絡がない場合は、お知らせいただきますようお願い

します。
▶南区の減塩メニュー提供協力店のご紹介

健康な食生活を応援するため、南区では塚塚台レストラン(塚塚台3-1-2)に協力いただき、1食あたりの食塩相当量が3g以下の「塩分控えめメニュー」が販売されます。販売期間は3月末まで。日ごろの塩分摂取の見直しや健康管理にお役立てください。詳しくは市ホームページをご覧ください。



日替わり弁当 500円

3月の教室・相談などの日程		
教室・相談など	日時	
■離乳食講習会(5～6カ月頃)(予約制・無料)	4日(水)	10:30～11:30
■一般健康相談(無料)	18日(水)	9:00～11:00
■食生活相談(予約制・無料)	10日(火)	14:30～16:30
■精神保健福祉相談(予約制・無料)	24日(火)、27日(金)	14:00～16:00
■成人の歯科相談(予約制・無料)	16日(月)	13:30～15:30
■子どもの歯相談室(予約制・無料)	11日(水)	9:30～11:00
	25日(水)	13:30～15:00
■BCG予防接種(個別通知・無料)	4日(水)、25日(水)	13:00～15:00
1歳未満の子どもの対象 生後5カ月児に個別通知		
■赤ちゃんといっしょ(予約制・無料)	18日(水)	13:30～15:30
生後4カ月未満の子どものお母さんが対象		

◆いずれも南保健センターで、電話かFAXで予約後(予約制でない場合はそのまま)、直接会場へ。
◆上記以外にも次の健診、相談を行っていますので、詳しくはお問い合わせください。
※4カ月児健診・1歳6カ月児健診・3歳児健診(3歳6カ月児が対象)…個別に通知。無料。
※入浴検査…有料(一部無料の場合有り)。診断書の発行はできません。一般健康相談時に実施。
※エイズ相談・HIV検査、HIVを含む梅毒・クラミジア尿のセット検査…無料。
※一般健康相談時に実施。
※骨粗しょう症予防検診…予約制・有料(一部無料の場合有り)。18歳以上の市民の方が対象。
※調理従事者などの検便(腸内病原菌)検査…有料。毎週月～金曜日(祝日を除く)の午前9～11時。
※雑病に関する相談…無料。

※天候の悪化などにより、検診や教室を止むを得ず中止する場合があります。実施の有無については、お問い合わせください。

小児慢性特定疾病患者(児)および家族の学習交流会

「堺市の就学相談について」をテーマに開催します(講師:教育委員会指導主事)。就学について疑問や不安をお持ちの方、ぜひご参加ください。3月11日(水)、午後1時30分～3時30分、南保健

センターで。無料。要予約。
☎電話かFAXで住所、氏名、電話・FAX番号を難病患者支援センター(☎275-5056 FAX275-5038)か保健医療課(☎228-7582 FAX222-1406)へ。先着20組。

鴨谷体育館

南区鴨谷台2丁4-1 ☎296-1717
休館日3月9日(月) FAX294-1766

▶鴨谷フェスタ

3月28日(土)、同館で。いずれも無料。内容は表のとおり。対象の学年は令和2年度のもの。柔道Vクリニック、フラダンスを除いて、上靴が必要。

項目	時間・内容	対象	定員	申し込み
全日本代表コーチによる柔道Vクリニック	①10:00～11:15 柔道につながる準備運動・補強運動	小学1～3年生(未経験の小学4～6年生可)	先着30人	3/7(土) 9:00から 3/20(祝日) 21:00まで電話で受け付け
	②11:30～13:00 柔道の基本指導	小学4～6年生	先着30人	
ヘキサスロン	①9:15～10:15 ②10:30～11:30	3～5歳児とその保護者 小学1～3年生	先着20組 先着20人	3/20(祝日) 21:00まで電話で受け付け
フラダンス	10:00～11:00	中学生以上(子ども同伴も可能)	先着30人	
卓球講習会	①12:30～14:00 サーブの回転強化	18歳以上	先着12人	
	②15:00～16:30 ツッツキ強化		先着12人	
アーチェリー&エアピストル体験	13:00～16:00	小学生以上	なし	当日体育館へ
スラックライン体験	13:30～16:30	不慣(小学生以下は保護者同伴)	※混み合う場合は並んでいただくことがあります。	
わくわくトランポリン広場(未就学児親子の遊び場)	10:30～16:00	未就学児とその保護者		

※詳しくは鴨谷体育館ホームページに掲載中

※【参考】スラックライン: 点間に張り渡した専用ラインの上で楽しむスポーツの名称、もしくはその器具のことです。わかりやすく言えば、綱渡りを低く短くして、誰でも楽しめるように進化させたスポーツ。

▶春の短期ジュニアスクール開講

同館で。内容は表のとおり。受講には上靴が必要。

☎3月2～8日に電話で。3月15日までに参加費を添えて同館へ。

日程	種目	時間	対象	定員	参加費
3/24(火)	鉄棒	10:00～11:10	小学1～3年生	先着32人	3,300円/3回
3/25(水)	鉄ひ箱				
3/26(木)	マット				

※対象の学年は令和1年度のもの